



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

**2019-2020 EĞİTİM -ÖĞRETİM YILI  
KÜTAHYA HEKİM SİNAN MESLEKİ TEKNİK ANADOLU LİSESİ BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

## **AMAÇ:**

Kütahya İli Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesinde Beslenme Dostu Okul Programı ile “Beslenme ve sağlığı destekleyici bir plan geliştirerek, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda farkındalığı artırarak, yapılacak uygulamalarla öğrencilerin ve okul çalışanlarının bir yılsonunda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam tarzına uygun davranışları kazanmalarını sağlayarak, destekleyici bir okul çevresi oluşturmayı amaçlıyoruz.

## **HEDEFLER:**

- 1) Beslenme dostu okul politikasını oluşturup, tüm paydaşlar tarafından uygulanır kılmak.
- 2) Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı desteklemek
- 3) Beslenme dostu okul Politikasını yaygınlaştırmak
- 4) Diyabet ve obezite hakkında öğrencileri bilinçlendirmek, obez öğrenci sayısını azaltmak
- 5) Okul personel ve öğrencilerine hijyen farkındalığı kazandırmak
- 6) Dışarıdan yemek yiyen öğrenci sayısını azaltmak
- 7) Okul kantinini sağlık bakanlığının belirlediği kriterlerde uygun hale getirmek.
- 8) Öğrenci velilerinde sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda gibi konularda farkındalığın artırılmasını sağlamak
- 9) Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularındaki gün ve haftaları etkin bir şekilde kutlamak
- 10) Öğretmenler olarak Sağlıklı beslenme konusunda kazanılacak davranışlar konusunda örnek olmak
- 11) Yaş cinsiyet ve fiziksel duruma uygun fiziksel aktivite eğitimi vermek
- 12) Öğrencilerin günlük yaşamlarında fiziksel aktiviteyi artırmak
- 13) Pano afiş ve seminerlerle öğrencilerde farkındalık yaratmak



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

## ETKİNLİKLER VE İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	EKİM		Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi oluşturularak çalışmalarına başlandı
2	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından Beslenme Dostu Okul Yıllık Çalışma Planının Hazırlanması.	EKİM		Uygulama ve değerlendirme

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Beslenme Dostu Okul Projesi İçin Sınıf Öğrenci Temsilcilerinin Seçilmesi.	KASIM		Okul sağlığı hizmetleri kapsamında sınıf görevlileri belirlendi.
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Oluşturulması.	KASIM		Okul sağlığı ve beslenme dostu panosu oluşturuldu.
3	Çeşitli Spor Dallarında Takımların Kurulması Ve Müsabakalara (Turnuvalara) Katılımın Sağlanması.	KASIM		Spor kulübü tarafından voleybol turnuvası düzenlendi. Tüm sınıf takımlarının katılımı sağlandı.
4	14 Kasım Diyabet Günü İle İlgili Öğrenciler Tarafından Pano Oluşturulması.	KASIM		“Diyabet” konulu videolar tüm okul personel ve öğrencilerine izletildi. “Besinler” konulu pano oluşturuldu. “Besinlerdeki şeker” temalı pano oluşturuldu.
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	KASIM		Kasım Ayı Kantin Denetimi ilgi kurul tarafından gerçekleştirildi.
6	Öğrencilerin Boy ve Kiloalarının Tespit Edilmesi, E-Okul sistemine girilmesi ve Beden Kitle Endeksinin Hesaplanarak Öğrencilere ve velilerine bildirilmesi.	KASIM		Uygulama ve değerlendirme



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

7	Öğretmenlere Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Semineri Verilmesi.	KASIM		Uygulama ve değerlendirme
8	Öğrencilerimize Ara Öğün Alışkanlığı Kazandırmak İçin 3.ve 8 Ders Saati Meyve Yeme Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	KASIM		Uygulama ve değerlendirme
9	9.10.11.12. sınıflar sağlık taramalarının tamamlanması	KASIM		Uygulama ve değerlendirme

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Veli Toplantılarında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Konusunda Bilgilendirmeler Yapılması. Velileri okul sağlığı çalışmalarına etkin katmak.(C vitamini şenliği)	ARALIK		Vitamini şenliği” düzenlendi.
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Oluşturulması.	ARALIK		Uygulama ve değerlendirme
3	Velilere “TEMİZ ELLER” konusunda bilgi kağıdı (el ilanı veya broşür tarzı) vermek.	ARALIK		“TEMİZ ELLER” temalı broşürler velilere dağıtıldı.
4	Okul Web Sayfasında Beslenme Dostu Okul Bölümünün Oluşturulması.	ARALIK		Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	ARALIK		Uygulama ve değerlendirme
6	Öğrencilerin Sosyal Medyaya Olan İlgilerinden Yararlanarak Onlara Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Her Daim Hatırlatacak Kütahya Hekim Sinan MTA Lisesi Beslenme Dostu Okul Grubunun Kurulması.	ARALIK		Uygulama ve değerlendirme
7	Sınıflar Arası Futbol Turnuvası Düzenlenmesi.	ARALIK		Uygulama ve değerlendirme



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

8	Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Tespit Edilmesi, Beden Kitle Endeksinin Hesaplanarak Öğrenci Ve Velilerle Paylaşılması.	ARALIK			Uygulama ve değerlendirme
9	Öğrencilerimize Ara Öğün Alışkanlığı Kazandırmak İçin 3.ve 8 Ders Saati Meyve Yeme Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	ARALIK			

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Teşvik Edici Slogan Yarışması Düzenlenmesi.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
3	Toplum Sağlığı Merkezi İle İşbirliği Yapılarak Öğrencilerimize Fast-Food Ve Hazır İçecekler İle İlgili Bilgilendirme Semineri Verilmesi.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
4	Beslenme Alışkanlıkları Ve Obezite İle İlgili Anket Çalışması Yapılması Ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
6	Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Teşvik Edici Resim Yarışması Düzenlenmesi.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
7	Gıda, Tarım Ve Hayvancılık Müdürlüğü Ve Toplum Sağlığı Merkezi İle Okul Çevresinde Hizmet Veren, Yiyecek Satışı Yapan Yerlerin Gıda Güvenliği Yönünden İncelenmesi İle İlgili Çalışmaların Yapılması.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
8	Beden Eğitimi Derslerinde Dersin Ve Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirmeler Yapılması.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme
9	1.Dönem Çalışmalarının Değerlendirilmesi Ve Yapılan Çalışmaların Web Sayfasında Yayınlanması.	OCAK			Uygulama ve değerlendirme



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Toplum Sağlığı Merkezi İle İşbirliği Yapılarak Öğrencilere Hijyen Eğitimi Verilmesi, Kantinde Çalışan Personelin Hijyen Eğitimi Sertifikası Almalarının Sağlanması.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
3	9.Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Konulu Bilgi Yarışması Düzenlenmesi.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
4	Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Teşvik Edici Şiir Yarışması Düzenlenmesi.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
6	Sağlıklı Beslenme Ve Fiziksel Aktivite İle İlgili 11.Sınıf Öğrencilerine Kompozisyon Çalışması Yapıtırılması.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
7	Toplum Sağlığı Merkezi İle İşbirliği Yapılarak Okul Çalışanlarına Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Konusunda Seminer Verilmesi.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
8	Risk Grubunda Bulunan Öğrencilerin Aile Hekimlerine Yönlendirilmesi Çalışmaları.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme
9	Tüm sınıflarda 3.ve 8 Ders Saati Ara Öğün Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	ŞUBAT		Uygulama ve değerlendirme





T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Ergenlerde Sağlık Adlı Broşürün, Hazırlanıp Velilere Dağıtılması.	MART		Uygulama ve değerlendirme
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	MART		Uygulama ve değerlendirme
3	4-10 Mart Tuza Dikkat Haftası Etkinliği/Semineri	MART		Uygulama ve değerlendirme
4	22 Mart Dünya Su Gününün Kutlanması.	MART		Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	MART		Uygulama ve değerlendirme
6	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Ve Sınıf Temsilcilerince Okul Bahçesinin Düzenlenmesi.	MART		Uygulama ve değerlendirme
7	Tüm sınıflarda 3.ve 8 Ders Saati Ara Öğün Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	MART		Uygulama ve değerlendirme
ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Sınıflar Arasında Spor Müsabakalarının Düzenlenmesi.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
2	Okul Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
3	7 Nisan Dünya Sağlık Gününün Kutlanması.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
4	Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Yeniden Ölçülmesi, Beden Kitle Endeksinin Hesaplanarak Öğrenci Ve Velilerle Paylaşılması.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
6	Yaz Aylarında Sağlıklı Beslenme Adlı Broşür Hazırlanarak Velilerle Paylaşılması.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
7	Beden Eğitimi Ve Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirmeler Yapılması.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme
8	Tüm sınıflarda 3.ve 8 Ders Saati Ara Öğün Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	NİSAN		Uygulama ve değerlendirme



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Gününün Kutlanması.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
3	Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü Etkinlikleri Kapsamında Öğretmenler Ve Öğrencilerle Birlikte Doğa Yürüyüşünün Düzenlenmesi.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
4	22 Mayıs Dünya Obezite Gününün Sınıf Temsilcileri Tarafından Kutlanması.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
5	Kantin Denetiminin Yapılması.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
6	Nevruz Kutlamaları ve Geleneksel Bahar Şenliği çerçevesinde okul bahçesinde piknik düzenlenmesi ve sportif müsabakaların yapılması.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
7	Öğretmenler Arası Voleybol Turnuvasının Düzenlenmesi.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
8	El Hijyeni İle İlgili Seminer Verilmesi.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
9	Kantin Denetimi Konusunda İlçe Tarım Müdürlüğünden Yardım Alınması.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme
10	Tüm sınıflarda 3.ve 8 Ders Saati Ara Öğün Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	MAYIS			Uygulama ve değerlendirme



T.C.  
KÜTAHYA VALİLİĞİ  
Hekim Sinan Mesleki Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğü



# BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

ETKİNLİKLER		UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
1	Beden Eğitimi Derslerinde Öğrencilerin Kişisel Gelişimine Katkı Sağlayacak Etkinlikler Yapılması.	HAZİRAN			Uygulama ve değerlendirme
2	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun Güncellenmesi.	HAZİRAN			Uygulama ve değerlendirme
3	Tüm sınıflarda 3.ve 8 Ders Saati Ara Öğün Etkinliklerinin Düzenlenmesi.	HAZİRAN			Uygulama ve değerlendirme
4	Yıl Boyunca Yapılan Çalışmalarının Değerlendirilmesi Ve Yapılan Çalışmaların Web Sayfasında Yayınlanması.	HAZİRAN			Uygulama ve değerlendirme

Ahmet ERBAŞ  
Müdür Yardımcısı

Meryem SAÇKESİCİ  
Sağlık Hizmetleri

Hicret TOSUN  
Sağlık Hizmetleri

Kadir GÜNEŞ  
Beden Eğitimi Öğretmeni

Kanber Dursun BULDU  
Fatih Projesi BTR Öğrt.

Serpil KILINÇKAYA  
Sağlık ,Beslenme, Temizlik  
Kulübü

Hizmetli

Hasan KARDAŞ  
Veli

Öğrenci Temsilcisi

Kantin İşletmecisi

09.09.2019  
Necati KOCAÇOBAN  
Okul Müdürü